

Der wichtigste Satz lautet: Entscheiden Sie sich für das Leben!

Eine Frau hilft der anderen: Annette Rexrodt von Fircks gründet nach Krebserkrankung eine **Stiftung** – Vor allem die Kinder von Krebspatienten leiden unendliche Not

Am 1. Mai 2006 fühlt Valerie V. zum ersten Mal einen Knoten in der Brust. Der Albtraum beginnt. Mittendrin die 12-jährige Tochter. Zu Hause spielt sie die Starke, doch in der Schule weint sie. Ein Jahr später hat Valerie V., Jahrgang 67, wieder Zukunftspläne (wir berichteten auf „typisch frau“ vor einer Woche). Doch die Angst ist ständig da. Bei ihr und bei ihrer Tochter...

Szenenwechsel: 1998 in Düsseldorf. Die Diplombolmetscherin und -übersetzerin Annette Rexrodt von Fircks ist 35 Jahre alt, glücklich verheiratet und Mutter von drei kleinen Kindern. Doch dann kommt der Tag X. Diagnose Brustkrebs im weit fortgeschrittenen Stadium. Zwei Operationen, Annette verliert beide Brüste. Chemo- und Strahlentherapie. Der Krebs hat bereits gestreut. Ihre Aussichten sind schlecht, voraussichtliche Lebenserwartung: Drei Monate. Die Welt bricht zusammen.

Verzweifelt wendet sie sich an eine Psychologin. Ein einziger Satz ist es, den sie verinnerlicht: „Entscheiden Sie sich für das Leben!“ Annette liest medizinische Werke und Biografien, psychologische und Ernährungs-Ratgeber, Bücher über Atemtechnik und Meditation. Mit viel Durchhaltevermögen erstellt sie ein Konzept für das Leben, für die Stärkung ihres Körpers und die Schwächung ihrer Krankheit.

Annette lebt. Ein Jahr, zwei Jahre. Dann der dringende Verdacht auf Knochenmetastasen. Acht Operationen, ein Jahr in Kliniken. Schock, Wut und Verzweiflung. Und immer überschattet die Sorge um die Kinder die langen Tage in den Kliniken. Das Leben ist nicht gerecht! Annette gibt nicht auf. Sie sucht immer wieder nach neuen Strategien und Lösungen auf dem Weg, gesund zu werden. Annette schafft es. Doch sie schafft es nicht allein. Ihre Familie und ihre Freundin helfen. Nur dadurch kann sie heute mit dem Krebs leben.

Der Weg dahin ist voller Einsamkeit,

Missverständnissen, Überforderungen, aber auch voller Liebe. „Ich brauchte das Gefühl, das meine Familie und meine Freunde immer zu mir stehen werden, wie auch immer ich mich entscheiden werde!“

Annette schreibt Bücher, hält Lesungen und Vorträge. Unter ihren Zu-

hörern sind mindestens ebenso viele Angehörige und Freunde von Erkrankten wie Krebspatienten. Sie spricht viel mit ihnen und merkt, dass sie oftmals fast noch verzweifelter sind als die Betroffenen selbst. Hoffnungslosigkeit und Hilflosigkeit kommen immer wieder zum Ausdruck. Sie

möchten helfen, fühlen sich oft nutzlos und haben wahnsinnige Angst.

Angst davor, einen geliebten Menschen zu verlieren. Doch besonders schlimm ist die unendliche Not der Kinder von erkrankten Eltern. Immer häufiger suchen sie Kontakt, schreiben oder rufen Annette an. Sie sind so stark – nach außen, aber sie weinen heimlich. Und in Annettes Kopf entsteht ein Gedanke, der mit der Zeit konkrete Formen annimmt. Annette kann keinen Krebs heilen, doch sie will etwas gegen die Angst und für kleine Kinderseelen tun. Sie will dem Krebs wenigstens etwas von seinem Schrecken nehmen.

Im August 2005 gründet sie die „Rexrodt von Fircks Stiftung“. Ihr ers-

tes Projekt heißt „gemeinsam gesund werden“, ein innovatives ganzheitliches Rehabilitationskonzept für krebskranke Mütter und ihre Kinder zum Wiedererlangen von Kraft, Lebensfreude, Zuversicht und vor allem gegenseitigen Vertrauen, das der ganzen Familie zugute kommen soll.

Am 25. Oktober 2006 findet die erste Reha-Maßnahme in der Klinik „Ostseedeich“ in Grömitz statt. An Brustkrebs erkrankte Mütter reisen gemeinsam mit ihren Kindern an. Am 19. November wird Annette Rexrodt von Fircks zur Frau des Jahres 2006 von der Frauenzeitschrift „Bild der Frau“ gewählt.

Szenenwechsel: Mai 2007, in einer Stadt am Bodensee. Valerie V. und ihre

mittlerweile 13-jährige Tochter packen die Koffer. Bald werden sie in die Klinik „Ostseedeich“ nach Grömitz reisen. Sie freuen sich auf gemeinsame Wochen, auf einen geschützten Raum, der es beiden ermöglicht, eigene Bewältigungsstrategien zu entwickeln, heilsame Wege zu finden und neuen Mut, Kraft und Hoffnung zu schöpfen.

Und hier schließt sich der Kreis. Annette Rexrodt von Fircks und Valerie V. – zwei Frauen mit dem gleichen Schicksal und dem eisernen Willen, es zu meistern. Zwei Frauen mit unterschiedlichen Voraussetzungen. Und eine hilft der anderen.

BARBARA DICKMANN



Diagnose Krebs muss nicht das Ende sein – Annette Rexrodt von Fircks gründet eine Stiftung.

Die Stiftung

Insgesamt leben rund fünf Millionen krebskranke Menschen in Deutschland. Laut Robert Koch Institut sind etwa 150 000 Kinder durch die Erkrankung eines Elternteils jährlich neu betroffen. Ungefähr die Hälfte dieser Kinder leben im Schatten der Ereignisse, entwickeln Verhaltensauffälligkeiten, werden krank, versagen in der Schule und geraten in soziale Isolation. Hier greift die Rexrodt von Fircks Stiftung für krebskranke Mütter und ihre Kinder. Der Gedanke der Gründerin Annette von Rexrodt von Fircks: Entstanden aus meinen Erfahrungen, der Furcht vieler junger Mütter, den angsterfüllten Fragen der Kinder und getragen von allen betroffenen Müttern, Sehnsucht nach Mut und Hoffnung auf ein noch langes, gemeinsames Leben.

Gemeinsam gesund

Während eines dreiwöchigen Rehaufenthalts in der Klinik

Ostseedeich in Grömitz betreut und berät ein interdisziplinäres Team von Internisten, Gynäkologinnen, Psychoonkologen, Psychoonkologen, Physiotherapeuten, Sportmedizinern, Ernährungsexperten, Sozialpädagogen, Erziehern und Kinder- und Jugend-Psychotherapeuten Mutter und Kind. Im Kindergarten der Klinik und in der Kinderfreizeit werden die Kinder zu Aktivität und Abenteuer angeregt und dabei begleitet. Schulpflichtige Kinder erhalten Stützunterricht. Entspannungstechniken, gesundes Kochen, Sport, Gesprächsgruppen, Lesestunden, stehen auf dem Programm. „Gemeinsam gesund werden“ ist eine Rehabilitationsmaßnahme für Mutter und Kind im Sinne des § 41 SGB V, die eine Rehabilitationsmaßnahme des Rentenversicherungsträgers ersetzt. Die Beantragung erfolgt über die zuständige Krankenkasse. Das Mutter Kind Hilfswerk e.V. unterstützt die Mütter kostenlos bei der Beantragung. Das Projekt wird als Modellvorhaben von der Universität Marburg wissen-

schaftlich betreut und bewertet. Falls Sie spenden möchten, hier die Bankverbindung: Rexrodt von Fircks Stiftung, Deutsche Bank Düsseldorf, Konto-Nr. 3253333 Bankleitzahl: 30070010.

Bücher

Die Bücher von Annette Rexrodt von Fircks: „Ich brauche euch zum Leben – Krebs, wie Familien und Freunde helfen können“ ISBN 3499616637, „...und tanze durch die Tränen“ ISBN 3548363741 (als Hörbuch ISBN 10)3-937864-76-8), „...und flüstere mir von Leben!“, ISBN 3548363423 (als Hörbuch ISBN 10)3-937864-75-X), Kostenlose Broschüren: „Mama, was hast Du?“ Wegweiser für Eltern, die an Krebs erkrankt sind. Der Wegweiser für Angehörige und Freunde von krebskranken Menschen: „Wie kann ich helfen?“. Der Patientenbrief: „Entscheiden Sie sich für das Leben“. Alle kostenlos in jeder Geschäftsstelle der Techniker Krankenkasse erhältlich, bzw. zu bestellen. (ck)